

คนเราจะมีสุขภาพดี ต้องประกอบด้วย

5. ออกกำลังกาย

ช่วยให้เกิดการเสริมสร้าง
ส่วนที่ขาดหรือลดส่วนที่เกิน



5อ.



ร่างกายแข็งแรง

ปัจจัยหลัก
แห่งความสุข

4. อดอาหาร

หากตกค้างอยู่ใน
ร่างกายนานเกินไปจะ
ทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บ



3. อดอารมณ์

แค้น โกรธ รำเริง



1. อดอาหาร

ที่เหมาะสมกับร่างกาย



2. อดอากาศบริสุทธิ์

ทำให้รู้สึกสดชื่น มีความสุข



ที่มา: หนังสือพิมพ์โพสต์ทูเดย์



ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)
เลขที่ ๑ ถนนมูลเมือง ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมืองเชียงใหม่
จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๑๐๐

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตที่ 1/2537
ไปรษณีย์โทรเลขพระสิงห์



จดหมายข่าว

www.thammapakorn.go.th

Email : thammapakorn@dop.mail.go.th

ปีที่ ๙ ฉบับที่ ๑๒๑ ประจำเดือนตุลาคม ๒๕๕๙

ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) ๐-๕๑๒๗-๕๕๗๑
เลขที่ ๑ ถนนมูลเมือง ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมืองเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่



เมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2559 ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) และเครือข่ายองค์กรดำเนินงานผู้สูงอายุจังหวัดเชียงใหม่จัดงานวันผู้สูงอายุสากล บำเพ็ญกุศลอุทิศถวายแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช และสืบชะตาหลวงจังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี 2559 ณ วัดสวนดอก พระอารามหลวง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีท่านผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่ (นายปวิณ ชำนิประศาสน์) เป็นประธานในพิธี มีผู้สูงอายุ เครือข่าย ชมรมผู้สูงอายุ และประชาชนทั่วไป จาก 25 อำเภอ จำนวน 2,500 คน ร่วมงานในครั้งนี้

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมแบบสถาบัน



เมื่อวันที่ 5 ตุลาคม 2559 ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) จัดงานครบรอบสถาปนาศูนย์ 61 ปี มีพิธีบวงสรวงพระประชาบดี ศาลพระภูมิและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เจ้าหน้าที่ร่วมทำบุญตักบาตร นิมนต์ พระสงฆ์ จำนวน 9 รูป สวดทักษิณานุประทาน ถวายผ้าบังสุกุลและเจริญพระพุทธมนต์ ทำพิธีสืบชะตา แบบล้านนา พระสงฆ์แสดงพระธรรมเทศนา “สาราณวิชชาวนสูตร” เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้กับคุณตาคุณยาย ที่ล่วงลับ และเพื่อเป็นสิริมงคลแก่ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุและบุคลากร



วันที่ 19 ตุลาคม 2559 นักศึกษาภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดกิจกรรมกายภาพบำบัดให้กับผู้สูงอายุ

ศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย



วันที่ 28 ตุลาคม 2559 นางมิ่งขวัญ วีระชาติ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ ร่วมประชุม ประจำเดือน พร้อมกับร่วมพิธีทำบุญทอดผ้าป่าสามัคคีเนื่องในวันคล้ายวันครบรอบ ก่อตั้งศูนย์ฯ รวมถึงกิจกรรมสุขสันต์วันเกิดให้กับสมาชิกศูนย์ฯ ที่เกิดในเดือนตุลาคม และ รับประทานอาหารร่วมกัน



วันที่ 7 ตุลาคม 2559 คณะอาจารย์และนักศึกษาภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดโครงการบริการกิจกรรมบำบัดสำหรับผู้สูงอายุ โดยจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะ ความคิด ความสามารถ ฝึกทักษะในการสื่อสาร การตอบคำถาม และการดูแลเรื่องสุขภาพ



วันที่ 1 ตุลาคม 2559 นางสาววัชรภรณ์ ไชยนาม นักศึกษาคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดเก็บข้อมูลวิจัยเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาผู้สูงอายุเชิงสร้างสรรค์ ผ่านกิจกรรมและบริการชุมชนของศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมัลย์”



วันที่ 21 ตุลาคม 2559 โครงการบริการกิจกรรมบำบัดสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน โดยศูนย์บริการผู้สูงอายุเชียงใหม่ (ปิยะมัลย์) ร่วมกับภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ออกเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเบื้องต้น รวมถึงเรื่องการฟื้นฟูสมรรถภาพเพื่อพัฒนาทักษะในการประกอบกิจวัตรประจำวัน



วันที่ 7 ตุลาคม 2559 คณะทำงานและที่ปรึกษารัฐมนตรีว่าการกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เยี่ยมหน่วยงานเพื่อรับทราบผลการดำเนินงาน และเยี่ยมเยียนให้กำลังใจผู้สูงอายุ



วันที่ 21 ตุลาคม 2559 ข้าราชการเจ้าหน้าที่และผู้สูงอายุ ศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) ร่วมกันจัดกิจกรรม “โครงการวันรักต้นไม้ประจำปีของชาติ พ.ศ. 2559”



นายแพทย์เกษม ฤตมวิชัย ตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย พร้อมทั้งแนะนำการดูแลรักษาและป้องกันตนเอง ในวันที่ 19 ตุลาคม 2559



วันที่ 20 ตุลาคม 2559 ศูนย์ฯ ร่วมกับหน่วยสร้างเสริมสุขภาพโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ ตรวจวัดสายตาให้กับผู้สูงอายุภายในศูนย์ฯ

ศูนย์การเรียนรู้



วันที่ 18 ตุลาคม 2559 นักศึกษาคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เข้าศึกษาดูงานด้านการดูแลผู้สูงอายุ พร้อมทั้งเยี่ยมชมและให้กำลังใจผู้สูงอายุในศูนย์ฯ



วันที่ 2 ตุลาคม 2559 นักศึกษาภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เข้าศึกษาดูงานภารกิจของศูนย์ฯ และการดูแลผู้สูงอายุในศูนย์ฯ



นักศึกษา ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาในรายวิชาจิตวิทยาคลินิกเบื้องต้น โดยใช้แบบสอบถามกับผู้สูงอายุในศูนย์ฯ เพื่อศึกษาความเป็นมาและแนวทางใหม่ ด้านจิตวิทยาคลินิก ความผิดปกติทางจิต และการบำบัดทางจิต ในวันที่ 19 ตุลาคม 2559

ศูนย์ข้อมูลและสารสนเทศ



- จัดทำรูปเล่มข้อมูลภารกิจศูนย์ฯ ข้อมูลเครือข่ายที่เกี่ยวข้องและรายละเอียดการรับบริจาค เพื่อเป็นคู่มือในการให้บริการข้อมูลและการรับบริจาค
- ให้บริการข้อมูลการบริหารจัดการองค์กรและภารกิจของหน่วยงานแก่นักเรียน นักศึกษาและประชาชนทั่วไป



บริการให้คำปรึกษาแนะนำประชาชนทั่วไป เกี่ยวกับสวัสดิการผู้สูงอายุ ระเบียบการนำผู้สูงอายุเข้ารับบริการภายในศูนย์ฯ และประสานส่งต่อผู้ประสบปัญหาความเดือดร้อน

- ติดต่อด้วยตนเอง จำนวน 12 ราย
- ทางโทรศัพท์ จำนวน 5 ราย
- ติดต่อทางเมลล์ จำนวน 1 ราย
- ส่งต่อหน่วยงานอื่น จำนวน 1 ราย

จิตอาสา



นักศึกษาคณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ร่วมทำกิจกรรมจิตอาสาในการดูแลผู้สูงอายุ ทำความสะอาดอาคารเรือนนอน และบริเวณโดยรอบศูนย์ฯ โดยมาทำกิจกรรมทุกวันพุธ วันเสาร์ และวันอาทิตย์ วันละ 12 คน



เมื่อวันที่ 19 ตุลาคม 2559 นักเรียนจากโรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จัดกิจกรรมสัมผัสชีวิตผู้สูงอายุในศูนย์ฯ

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมในชุมชน



วันที่ 19 ตุลาคม 2559 งานการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชน ร่วมประชุมหารือ
แกนนำชุมชนเพื่อการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลทุ่งปี อำเภอมะนัง จังหวัดยะลา



วันที่ 20 ตุลาคม 2559 งานการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชน ร่วมหารือกับเทศบาลตำบล
ท่ากว้าง เพื่อคัดเลือกและสำรวจการซ่อมแซมปรับปรุงบ้านผู้สูงอายุในพื้นที่ ศพค. เพื่อดำเนินการวางแผน
ซ่อมแซมในปีงบประมาณ 2560



วันที่ 21 ตุลาคม 2559 งานการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชน ลงพื้นที่ร่วมกับ
นายกเทศมนตรีตำบลแม่คือและคณะ เพื่อสำรวจการปรับปรุงสถานที่ ใช้ในการจัดตั้งศูนย์ดูแล
ผู้สูงอายุที่ยากจนในชุมชน



วันที่ 25 ตุลาคม 59 งานการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชนร่วมประชุมวางแผนการจัดตั้ง
ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลบ้านกาด อำเภอมะนัง จังหวัดยะลา โดยมี องค์การบริหาร
ส่วนตำบลบ้านกาดและชมรมผู้สูงอายุตำบลบ้านกาดเข้าร่วมประชุมในครั้งนี้



งานการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุในชุมชน ร่วมประชุมกับแกนนำท้องถิ่น องค์การบริหารส่วน
ตำบลดอยเต่า หรือแนวทางการซ่อมบ้านและสถานที่จัดกิจกรรมผู้สูงอายุ ที่จะดำเนินซ่อมแซม/ปรับปรุง
ในปีงบประมาณ 2560 เมื่อวันที่ 26 ตุลาคม 2559